



令和5年6月20日

瀬戸内市立図書館	
担当者	主任（図書館司書）金嶋彩子
電話番号	0869-24-8900

もみわセミナーvol.52 朝活 in もみわ広場を開催します

平素は、市行政推進に格別のご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、瀬戸内市民図書館では、7月15日に、もみわセミナーvol.52 朝活 in もみわ広場を開催しますのでお知らせいたします。

記

- 日時 令和5年7月15日（土）午前9時15分～午前9時45分
- 場所 瀬戸内市民図書館もみわ広場 カフェコーナー
- 講師 為房 真由美さん（健康運動指導士）
- 内容 開館前の図書館で、健康運動指導士のレクチャーのもと、エクササイズを行う。終了後は、開館までの時間、館内で過ごし、開館後の図書館を利用してお帰りいただく。
- 定員 15名（要申し込み・先着順）
※6月17日（土）午前10時～ 市民図書館1階カウンター・電話にて受付
- 参加費 無料
- 持ち物 バスタオル1枚・フェイスタオルまたは手ぬぐい1枚
※動きやすい服装で参加してください。（ジャージなど）
各自、水分補給のための飲み物をご持参ください。

朝活 in もみわ広場

7月15日(土)

9:15~9:45

(入館は 9:00 から)

開館前の図書館で「朝活」してみませんか？

オリーブの庭を眺めながら、体をほぐしてゆったりした時間を過ごしましょう。

講師 為房 真由美さん (健康運動指導士)

ところ 瀬戸内市民図書館 カフェコーナー

定員 15名 (要申し込み・先着順)

※6/17(土)10:00~ 電話・市民図書館1階カウンターで受付

持ち物 バスタオル1枚・タオルまたは手ぬぐい1枚

※動きやすい服装で参加してください。(ジャージなど)

各自、水分補給のための飲み物をご持参ください。

◆お問い合わせ・申し込み：瀬戸内市民図書館 0869-24-8900